

Nutrition Plan: AW20

Autumn Winter 20

**Legend**

- Contains
- ◐ May Contain
- Does Not Contain
- \* No Information

Group	Menu Item	Recipe Code	Sub Recipe Codes	Portion Size (g)	Carbohydrate Count	Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites	
	Apple & Cherry Crumble Monday Week	AW20-18	AW20-18	97.05	22.74g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	APPLE SAUCE	APPLESAUC	APPLESAUCE	13.60	1.24g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	BAKED BEANS	BAKEDBEAN	BAKEDBEANS	0.00	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	BBQ Chicken Pizza	SS20-132	aw20-maggirep, SS20-132	141.75	24.43g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○
	BROCCOLI	BROCCOLI	BROCCOLI	56.70	1.02g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Brunch Thursday Week 2	AW20-25	AW20-25	300.00	27.47g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	●	●
	CABBAGE	CABBAGE	CABBAGE	56.70	2.32g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Carrot cake Tuesday Week 3	AW20-39	AW20-39	65.04	24.29g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	CARROTS	CARROTS	CARROTS	56.70	4.48g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cauliflower and Broccoli Cheese Bake	AW20-16	AW20-16	159.38	10.52g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○
	CAULIFLOWER PORTION	CAULIFLOWE	CAULIFLOWER	56.70	1.70g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cheese Wheels Thursday Week 1	AW20-08	AW20-08	97.04	19.56g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○
	Cheese & Tomato Pizza Tuesday Week	AW20-19	AW20-19, aw20-maggirep	113.42	24.43g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cheese and Onion Pasty	SS20-116	SS20-116	121.48	37.19g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cheesy Pizza Muffin Thursday Week 3	AW20-44	AW20-44, aw20-maggirep	44.87	1.24g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Curry	SS20-74	SS20-74	143.58	38.48g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	CHICKEN KORMA	SS19-59	SS19-59	140.54	34.64g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: AW20

Autumn Winter 20

**Legend**

- Contains
- ◐ May Contain
- Does Not Contain
- \* No Information

Carbohydrate Count	Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites
--------------------	--------	---------------------------	-------------	------	------	-------	------	----------	---------	------	---------	--------	------	-------------------------------

Group	Menu Item	Recipe Code	Sub Recipe Codes	Portion Size (g)	Carbohydrate Count	Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites	
	Chicken Mayo & Sweetcorn Baguette	WAW20-56	AW20-56	72.00	2.15g	○	●	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
	Chicken Pie	SS20-82	SS20-82	127.25	17.48g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐
	CHIPS PORTION	CHIPS	CHIPS	113.40	23.13g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chocolate & Date Cookie Friday Week 2	AW20-31	AW20-31	50.51	26.28g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐
	Chocolate Cracknel Monday Week 3	AW20-35	AW20-35	23.29	14.13g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐
	CHOCOLATE SAUCE	SS19-41	SS19-41	91.43	12.24g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	CRUSTY BREAD	BREAD	BREAD	27.00	12.74g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	CUSTARD	CUSTARD	CUSTARD	82.71	10.18g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Custard Biscuit Friday Week 1	SS20-26	SS20-26	34.02	19.40g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Devonshire Apple Cake Tuesday Week	AW20-52	AW20-52	103.97	30.23g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐
	Egg Mayonnaise Roll Monday Week 2	AW20-17	AW20-17	143.00	23.37g	○	●	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	◐	○	○
	FARMHOUSE MIXED VEGETABLES	FARMVEG	FARMVEG	56.70	2.10g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fish Finger Bap Wednesday Week 2	AW20-23	AW20-23	140.08	51.51g	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐
	Fish Fingers Friday Week 2	AW20-29	AW20-29	50.00	9.30g	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fresh Fruit Platter	FRESHFRUIT	FRESHFRUITPLAT	113.45	8.39g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fresh Fruit Salad	FRESHFRUIT	FRESHFRUITSALAD	105.25	10.03g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fruit Jelly Wednesday Week 3	AW20-42	AW20-42	68.04	9.73g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: AW20

Autumn Winter 20

**Legend**

- Contains
- ◐ May Contain
- Does Not Contain
- \* No Information

Group	Menu Item	Recipe Code	Sub Recipe Codes	Portion Size (g)	Carbohydrate Count	Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites	
	Fruity Flapjack Monday Week 1	AW20-55	AW20-55	31.94	19.86g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	GRAVY	GRAVY	GRAVY	1.89	1.39g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	GREEN BEANS	GREENBEAN	GREENBEANS	56.70	2.10g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ham Pizza	SS20-130	aw20-maggirep, SS20-130	125.17	24.06g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	HAM ROLL	AW20-50	AW20-50	82.35	23.02g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○
	Ham Salad Wrap Wednesday Week 1	AW20-05	AW20-05	84.00	16.22g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Homity Pie Wednesday Week 3	SS20-45	SS20-45	153.57	24.15g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Hot Cheesy Pasta Pot Monday Week 1	AW20-54	AW20-54, PASTA	69.08	19.39g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Hunters Chicken	SS20-70	SS20-70	58.08	2.83g	○	●	○	○	●	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
	Iced Orange Cake	SS20-113	SS20-113	86.55	63.75g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	JACKET POTATO - BAKED BEANS	POTBEANS	POTBEANS	102.00	32.35g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	JACKET POTATO - CHEESE	POTCHEESE	POTCHEESE	158.00	32.47g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	JACKET POTATO - TUNA	POTTUNA	POTTUNA	172.00	32.62g	○	○	○	●	●	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
	Langage Farm Ice Cream Wednesday V	AW20-43	AW20-43	66.67	14.27g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lasagne Tuesday Week 3	AW20-36	AW20-36, aw20-maggirep	209.03	36.25g	●	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lentil Loaf Wednesday Week 3	AW20-41	AW20-41	123.67	35.91g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Macaroni Cheese Tuesday Week 2	AW20-03	AW20-03	209.47	51.68g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: AW20

Autumn Winter 20

**Legend**

- Contains
- ◐ May Contain
- Does Not Contain
- \* No Information

Group	Menu Item	Recipe Code	Sub Recipe Codes	Portion Size (g)	Carbohydrate Count	Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites	
	Mashed Potato	AW20-06	AW20-06	134.67	22.77g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mini Battered Fish Fillet	AW20-12	AW20-12	60.00	12.24g	○	●	○	○	●	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
	Oat Cookie Friday Week 3	AW20-46	AW20-46	34.65	20.66g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Organic Beef Burger Monday Wk 1	AW20-01	AW20-01	50.00	22.85g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Organic Ice Lolly Wednesday Week 2	AW20-24	AW20-24	40.00	4.16g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Organic Pork Meatballs Tomato Sauce	AW20-15	AW20-15, aw20-maggiorep	78.44	2.82g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pasta Bolognese Thursday Week 1	AW20-07	AW20-07, aw20-maggiorep	138.50	31.14g	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	PASTA PORTION	PASTA	PASTA	56.70	18.65g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	PEAS PORTION	PEAS	PEAS	56.70	5.10g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	POTATO WEDGES	POTWEDGE	POTWEDGES	113.40	22.68g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Nuggets Friday Week 2	AW20-30	AW20-30	79.80	20.11g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Sausage	SS20-97	SS20-97	45.00	4.50g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Sticky Sausages Friday Week 3	AW20-53	AW20-53	52.92	6.24g	○	●	○	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○
	Roast Beef Roll Thursday Week 1	AW20-09	AW20-09	102.70	22.64g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Roast Beef Wednesday Week 1	AW20-04	AW20-04	57.00	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Roast Chicken Wednesday Week 2	AW20-21	AW20-21	42.00	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Roast Gammon	SS20-92	SS20-92	85.05	3.97g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: AW20

Autumn Winter 20

**Legend**

- Contains
- ◐ May Contain
- Does Not Contain
- \* No Information

Group	Menu Item	Recipe Code	Sub Recipe Codes	Portion Size (g)	Carbohydrate Count	Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites		
	Roast Pork & Apple Sauce Baguette Th	AW20-45	APPLESAUCE, AW20-45	135.00	31.92g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	Roast Pork Wednesday Week 3	AW20-40	AW20-40	60.00	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	ROAST POTATOES	ROASTPOTS	ROASTPOTS	115.40	19.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	Roast Turkey	SS20-115	SS20-115	57.00	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	Roasted Vegetables Thursday Week 1	AW20-57	AW20-57	4.71	0.35g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	Salmon & Sweet Chilli Noodles Tuesday	AW20-02	AW20-02	191.85	45.25g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
	Salmon Fish Cake	SS20-72	SS20-72	50.00	11.40g	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sausage Bap Tuesday Week 3	AW20-38	AW20-38	126.00	21.11g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sausage Roll	SS20-103	SS20-103	120.00	27.72g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Shortbread	AW20-14	AW20-14	35.91	20.36g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Smoothie	SS20-78	SS20-78	80.00	15.04g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sticky Chocolate Cake Thursday Week	AW20-10	AW20-10	86.78	23.43g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Stuffing	STUFFING	STUFFING	10.63	6.00g	●	●	○	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Sweet Chilli Chicken Wrap Friday Week	AW20-58	AW20-58	114.00	33.67g	○	●	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Sweet Potato & Lentil Curry	AW20-51	AW20-51	185.79	25.69g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	SWEETCORN	S/CORN	S/CORN	56.70	6.58g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tilda 50/50 Easy Cook Rice	RICE	RICE	50.00	38.45g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: AW20

Autumn Winter 20

**Legend**

- Contains
- ◐ May Contain
- Does Not Contain
- \* No Information

Group	Menu Item	Recipe Code	Sub Recipe Codes	Portion Size (g)	Carbohydrate Count	Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites	
	Tomato and Roasted Pepper Pasta Pot	AW20-49	AW20-49, aw20-maggirep	185.00	30.90g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato Ketchup	TOMKETCHL	TOMKETCHUP	10.00	3.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato Pasta	SS20-141	aw20-maggirep, SS20-141	127.00	28.97g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	tomato sauce component	aw20-maggirep	aw20-maggirep	18.76	0.62g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato Tumble Wednesday Week 1	AW20-48	AW20-48	317.60	39.75g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tuna & Sweetcorn Pasta Pot Monday W	AW20-34	AW20-34	114.00	28.76g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tuna and Cucumber Wrap Tuesday We	AW20-47	AW20-47	137.00	31.55g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tuna Mayo & Cucumber Wrap Thursday	AW20-27	AW20-27	138.45	31.55g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vanilla Cup Cake Thursday Week 2	AW20-28	AW20-28	35.36	15.60g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegan Sausage Roll Tuesday Week 3	AW20-37	AW20-37	45.00	8.10g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegetable Chilli Tuesday Week 2	AW20-20	AW20-20	189.92	13.17g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegetable Fingers Friday Week 1	AW20-13	AW20-13	56.00	13.06g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegetable Lasagne Monday Week 3	AW20-33	AW20-33, aw20-maggirep	174.33	9.56g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegetarian Brunch Thursday Wk 2	AW19-25	AW19-25	248.50	21.09g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegetarian Burger Thursday Week 2	AW20-26	AW20-26	95.00	23.11g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegetarian Roast Wednesday Week 2	AW20-22	AW20-22	104.21	23.97g	●	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Warm Chilli Pasta Pot Tuesday Week 2	AW20-61	AW20-61, aw20-maggirep	250.00	36.85g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: AW20

Autumn Winter 20

**Legend**

- Contains
- May Contain
- Does Not Contain
- No Information

Group	Menu Item	Recipe Code	Sub Recipe Codes	Portion Size (g)	Carbohydrate Count	Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites
	West Country Sausages Monday Week	AW20-32	AW20-32	76.00	0.00g	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>